

I. Wprowadzenie

Narodowy Program Rozwoju Tenisa Stołowego to kompleksowy projekt, który ma na celu rozwój sportowy, edukację, współpracę i integrację całego środowiska tenisa stołowego w Polsce. Jego założenia mieszczą się w latach 2018 -2033.

Misją Narodowego Programu Rozwoju Tenisa Stołowego jest wdrożenie systemu szkolenia w polskim tenisie stołowym, który będzie obejmował wszystkie etapy rozwoju – od podstawowego szkolenia dzieci, aż po przygotowanie mistrzów świata. Program ma na celu stworzenie solidnej struktury szkoleniowej w Polsce, opartej na wiedzy naukowej, doświadczeniach międzynarodowych oraz analizie aktualnego stanu systemu szkolenia w Polsce.

Program zakłada:

1. **Systematyczne szkolenie od podstaw.**
2. **Wspieranie rozwoju młodych sportowców.**
3. **Profesjonalizację szkolenia.**
4. **Tworzenie kultury tenisa stołowego opartej na współpracy i dążeniu do mistrzostwa.**
5. **Budowę narodowego ośrodka szkoleniowo-badawczego.**

II. Podsumowanie głównych celów strategicznych

Celem programu rozwoju tenisa stołowego w Polsce jest:

1. **Rozwój sieci organizacji wspierających rozwój talentów.**
2. **Szkolenie wstępne (FUNdamenty 1).**
3. **Szkolenie podstawowe (FUNdamenty 2).**
4. **Szkolenie profesjonalne (etapy „sztuka treningu” i „sztuka walki”).**
5. **Szkolenie elity narodowej.**
6. **Rozwój kultury systemu.**
7. **Rozwój kompetencji i dojrzałości uczestników systemu.**

III. Realizacja celów

Polski Związek Tenisa Stołowego w latach 2018-2024:

1. Otworzył 140 ośrodków szkolących na poziomie wstępnym w ramach Pingpongowych Marzeń z Eneą, 9 na poziomie podstawowym w ramach Programu

Rozwoju Ośrodków Tenisa Stołowego oraz 5 na poziomie profesjonalnym w Ośrodkach Szkolenia Sportu Młodzieżowego.

2. Przeprowadził 15 szkoleń i 60 spotkań online, których uczestnikami byli trenerzy współpracujący ze związkiem. Wszyscy trenerzy zaangażowani w projekty szkoleniowe oraz kadry narodowe są zobowiązani do ciągłego podnoszenia swoich kwalifikacji trenerskich.
3. Wszystkie Ośrodki PZTS rozwijają kulturę dążenia do mistrzostwa.

W latach 2018-21 Polski Związek Tenisa Stołowego położył szczególny nacisk na rozwój programów „Pingpongowe Marzenia z PSE” oraz „Program Rozwoju Ośrodków Tenisa Stołowego (PROTS)”.

W ramach programu „Pingpongowe Marzenia z PSE” przeprowadzono m.in.:

- 7 szkoleń stacjonarnych FUNDamenty-1 (Czechowice-Dziedzice, Grodzisk Maz., Toruń, Brzeg Dolny, Zielona Góra, Warszawa, Gdańsk) dla 166 trenerów.
- Całoroczne szkolenia FUNDamenty 1 online w 7 grupach dla 124 trenerów.
- Całoroczne szkolenie taktyczne FUNDamenty-5 online dla 36 trenerów.
- Wsparcie finansowe, szkoleniowe i materialne uzyskało ponad 100 trenerów.

W ramach Programu Rozwoju Ośrodków Tenisa Stołowego (PROTS) przeprowadzono m.in.:

- Szkolenia stacjonarne FUNDamenty-2 (sierpień 2021, Gdańsk) 30 trenerów.
- Szkolenia online FUNDamenty-5-2 dla 42 trenerów.
- Szkolenia wstępne (Gdańsk 2019) dla 30 trenerów ośrodkowych, trenerów kadr wojewódzkich i narodowych.
- 3 czterodniowe zgrupowania kontrolne (Ostróda, Białystok, Jarosław, 2019) dla 102 zawodników i trenerów.

W latach 2022-24 przeprowadzono:

- 10 czterodniowych (40-godzin) szkoleń przygotowujących 184 trenerów do uzyskania certyfikat PRK4;
- Całoroczny cykl szkolenia online dla 90 trenerów (około 40 godzin) – PRK4;
- Trzy stacjonarne szkolenia dla 22 trenerów (13 dni) przygotowujące do uzyskania certyfikatu PRK5 (2024 - rekrutacja i zainicjowanie „Szoły Trenerów PRK5);
- 60 dwugodzinnych spotkań online w ramach programu PRK5 dla 16 trenerów;

- 2 czterodniowe szkolenia dla trenerów ośrodkowych z paroma wychowankami (Kraków 2022, 2023);
- Coroczne wizytacje w każdym ośrodku PROTS i OSSM PZTS;

Opracowano i dopracowywano narzędzia walidacji do PRK4 oraz PRK5. Na dzień 31 grudnia 2024 roku certyfikat uzyskało 43 trenerów.

IV. Wyzwania, przed którymi stoi PZTS

Związek w realizacji swojej strategii napotyka różnorodne zagrożenia, które mogą utrudnić lub opóźnić osiągnięcie założonych celów. Oto niektóre z głównych zagrożeń:

1. Nieodpowiednia infrastruktura

Brak dostępu do nowoczesnych obiektów sportowych lub ich niewystarczająca jakość mogą ograniczać możliwości przeprowadzania efektywnych treningów na różnych poziomach. Niedostateczna infrastruktura technologiczna do analizy danych, monitorowania postępów zawodników i stosowania nowoczesnych metod treningowych (np. analizy wideo, technologie wspierające rozwój fizyczny techniczny).

2. Niedobory finansowe

Brak odpowiednich środków na realizację ambitnych planów może prowadzić do ograniczenia dostępnych zasobów na szkolenie trenerów, rozwój infrastruktury czy organizację turniejów i obozów. Brak stabilności finansowej znacznie utrudnia realizację długofalowych planów.

3. Brak odpowiednich kadr trenerskich

Znaczny niedobór wykwalifikowanych trenerów na różnych poziomach (od podstawowego po zaawansowany) wpływa na jakość szkolenia. Wysoka rotacja wśród trenerów, związana z niskimi wynagrodzeniami, brakiem perspektyw rozwoju kariery zawodowej lub innymi czynnikami prowadzi do utraty cennych specjalistów.

4. Problemy organizacyjne

Brak spójności w zarządzaniu oraz słaba komunikacja pomiędzy kadrą zarządzającą, trenerami, a zawodnikami i ich rodzinami może skutkować brakiem zrozumienia celów, a także demotywować do współpracy.

5. Problemy z identyfikacją i rozwojem talentów

Trudności w wychwytywaniu talentów na wczesnym etapie (np. wśród dzieci i młodzieży), zwłaszcza w mniej rozwiniętych regionach, mogą prowadzić do utraty potencjalnych mistrzów.

6. Zjawiska demograficzne

Zmniejszająca się liczba dzieci i młodzieży w Polsce może prowadzić do ograniczonej liczby uczestników w programach szkoleniowych, co wpływa na trudność w realizacji założeń strategicznych.

V. Harmonogram działań na lata 2025-2040

- 2025 – Opracowanie nowej strategii PZTS – Narodowego Programu Rozwoju Tenisa Stołowego 2025-2048;
- 2025 – Przygotowanie projektu Centralnego Narodowego Ośrodka Szkoleniowo-Badawczego PZTS przy AWF Warszawa;
- 2025 – przygotowanie, dalszy rozwój i pełne stosowanie nowej technologii, (AI w tenisie stołowym w pracy trenerów i zawodników);
- 2025 – szkolenia doskonalące kompetencje trenerskie, w tym specjalistyczną ścieżkę przygotowującą do pracy z osobami z niepełnosprawnościami;
- 2026 – Przygotowanie 100-150 trenerów z certyfikatem PRK4 (przynajmniej jeden trener w każdym klubie w programie „Pingpongowe Marzenia z Eneą”);
- 2026 – Praca badawcza – Analiza 81 Mistrzów Świata i Olimpijskich w tenisie stołowym w latach 1970-2025 – wnioski dla doskonalenia wieloletniego systemu szkolenia PZTS; nowe normy szkoleniowe dla każdego stylu (talentu);
- 2027 – Przygotowanie 16-32 trenerów z certyfikatem PRK5 (przynajmniej jeden trener w każdym ośrodku PROTS i OSSM);
- 2027 – Praca badawcza - Analiza światowych systemów szkolenia w tenisie stołowym: Chiny, Japonia, Korea Płd., KRLD, Szwecja, Francja, Niemcy itp. - wnioski dla naszego systemu: nowe normy organizacyjno-szkoleniowe;
- 2028 – Rozwój ośrodków: budowanie sieci organizacji uczących się; „małe światy” w każdym ośrodku;
- 2028 – Systemowe szkolenie w każdym z naszych ośrodków tenisa stołowego;
- 2028 – Systematycznie uaktualniane materiały szkoleniowe dla trenerów szkolenia wstępnego, podstawowego oraz profesjonalnego;

- 2029 – zainicjowanie szkoleń PRK6 w ramach współpracy z AWF-ami (potencjalnie Warszawa, Wrocław, Katowice, Poznań, Gdańsk);
- 2029 – otwarcie Centralnego Narodowego Ośrodka Szkoleniowo-Badawczego Tenisa Stołowego w Warszawie;
- 2040 – walka reprezentantów Polski o złote medale na Igrzyskach Olimpijskich Warszawa 2040;

VI. Podsumowanie

W związku ze staraniem się przez Polskę o organizację Igrzysk Olimpijskich i Paralimpijskich Warszawa 2040, Polski Związek Tenisa Stołowego rozpoczął pracę nad aktualizacją obecnej strategii oraz rozszerzenie jej założeń aż do 2048 roku.

Nadrzędnym celem PZTS jest wywalczenie przez polską tenisistkę stołową lub polskiego tenisistę stołowego medalu Igrzysk Olimpijskich oraz utrzymanie obecnego poziomu sportowego para tenisistów stołowych.

Aby osiągnąć cel wywalczenia przez polską tenisistkę stołową lub polskiego tenisistę stołowego medalu na Igrzyskach Olimpijskich oraz utrzymania wysokiego poziomu sportowego para tenisistów stołowych, PZTS musi podjąć szereg kluczowych działań. W tym kontekście, konieczna jest ścisła współpraca szerokiej kadry szkoleniowej, która zapewni systematyczny i spójny rozwój zawodników na wszystkich poziomach. Tylko zintegrowany system szkoleniowy, oparty na doświadczeniu, wiedzy oraz indywidualnym podejściu do zawodnika, może skutecznie przygotować sportowców do wyzwań olimpijskich.

1. Współpraca szerokiej kadry szkoleniowej

Szeroka kadra szkoleniowa składająca się z doświadczonych trenerów, specjalistów z zakresu psychologii sportu, fizjoterapii, dietetyki i analiz taktycznych, jest kluczowa do sukcesu na najwyższym poziomie. Szkolenie zawodników wymaga nie tylko wykształconych trenerów, ale także współpracy z ekspertami w różnych dziedzinach, którzy zapewnią wsparcie we wszystkich aspektach przygotowań, zarówno fizycznych, jak i mentalnych. Kadra szkoleniowa powinna być dynamiczna i elastyczna, zdolna do dostosowania się do zmieniających się warunków, trendów i strategii stosowanych w sporcie międzynarodowym. To wymaga także ciągłego rozwoju samych trenerów

poprzez szkolenia, warsztaty, współpracę z zagranicznymi ośrodkami oraz wymianę doświadczeń.

2. Odpowiednia infrastruktura

Infrastruktura sportowa, w tym nowoczesne ośrodki treningowe, hale sportowe, sprzęt treningowy i technologie wspierające procesy analityczne, stanowi fundament efektywnego szkolenia na najwyższym poziomie. W kontekście wyzwań związanych z organizowaniem Igrzysk Olimpijskich w Warszawie w 2040 roku, kluczowe będzie również stworzenie ośrodków o wysokiej jakości, które będą w stanie w pełni spełniać wymagania olimpijskie i paralimpijskie. Inwestycje w infrastrukturę muszą obejmować również modernizację istniejących obiektów, zapewnienie dostępu do najnowszych technologii treningowych, jak np. roboty do tenisa stołowego, systemy analizy wideo, a także zapewnienie odpowiednich warunków do rehabilitacji i regeneracji zawodników.

3. Kontynuowanie projektów szkoleniowych

Długofalowy sukces na poziomie międzynarodowym, w tym na Igrzyskach Olimpijskich, wymaga ciągłości i konsekwencji w realizacji projektów szkoleniowych. Programy takie jak "Pingpongowe Marzenia z PSE" i "Program Rozwoju Ośrodków Tenisa Stołowego" odgrywają kluczową rolę w systematycznym wprowadzaniu nowych talentów do sportu, kształtowaniu młodych zawodników oraz ich późniejszym rozwoju na poziomie wyczynowym. Zainwestowanie w długoterminowe projekty, które obejmują nie tylko treningi, ale także wsparcie mentalne, fizyczne i edukacyjne, jest niezbędne, aby zapewnić stały rozwój i osiąganie wysokich wyników. Istotnym aspektem jest także kontynuacja prac nad walidacją kwalifikacji trenerów na wyższych poziomach (PRK4, PRK5), co umożliwi utrzymanie wysokiej jakości szkolenia i dostosowanie programów do rosnących wymagań.

4. Systematyczna analiza i adaptacja strategii

W kontekście długofalowej strategii, która obejmuje okres aż do 2048 roku, niezbędne jest systematyczne monitorowanie i analiza postępów zawodników, a także adaptacja strategii w odpowiedzi na zmieniające się trendy w tenisie stołowym oraz wyniki międzynarodowe. Celem jest nie tylko przygotowanie najlepszych zawodników do rywalizacji o medal olimpijski, ale także rozwój programu paralimpijskiego, który umożliwi utrzymanie wysokiego poziomu sportowego para tenisistów stołowych.

5. Wsparcie finansowe i organizacyjne

Realizacja ambitnych celów PZTS wymaga także solidnego wsparcia finansowego. Inwestycje w szkolenia, infrastrukturę, technologie oraz wynagrodzenia dla trenerów i ekspertów, są niezbędne, aby zapewnić stabilność i ciągłość procesów szkoleniowych. Z kolei organizacja wydarzeń, zgrupowań, obozów treningowych i współpraca z zagranicznymi ośrodkami wymaga odpowiednich środków finansowych oraz partnerstw z instytucjami, które będą gotowe wspierać te projekty.

Osiągnięcie celów, jakim jest medal olimpijski w tenisie stołowym oraz utrzymanie wysokiego poziomu paralimpijskiego, wymaga strategicznego podejścia w zakresie współpracy szerokiej kadry szkoleniowej, inwestycji w odpowiednią infrastrukturę oraz kontynuowania i rozwijania istniejących projektów szkoleniowych. Bez tych kluczowych elementów, niemożliwe będzie osiągnięcie sukcesów na międzynarodowej scenie oraz spełnienie ambicji związanych z organizowaniem Igrzysk Olimpijskich w Warszawie 2040.